

Training mit Kanzmeier - Der Lauf der Dinge II

Wer meinen ersten Erfahrungsbericht über das Seminar mit Torsten Kanzmeier gelesen hat, wird sich erinnern, wie beeindruckt ich war. Inzwischen bin ich vier Seminare weiter und die Faszination hat nicht nachgelassen. Natürlich ist der Verblüffungseffekt ab dem zweiten Mal deutlich verringert, man weiß schließlich jetzt schon, dass er über eine sensationelle Technik verfügt, dafür hat sich der Grad der Hochachtung für das, was Torsten Kanzmeier kann und wie er es vermittelt, noch erhöht. Was mich allerdings immer noch verblüfft, ist Torsten Kanzmeiers Gespür für Menschen, seine Fähigkeit, auf jeden Einzelnen einzugehen und ihm das jeweils Passende mitzugeben. Dass er dabei manchmal auch aneckt, nimmt er in Kauf – eine Konsequenz seiner Authentizität und Offenheit, gegen die er genauso wenig innere Widerstände hat, wie gegen sonst alles, was ihm begegnet.

Die Freiheit von inneren Widerständen ist, so habe ich das bis jetzt verstanden, einer der Eckpfeiler dessen, was TK lehrt. Was das auf der Körperebene bedeutet, führt er immer wieder überzeugend vor, zum Beispiel, wenn er quasi mühelos einen Trainingspartner zu Boden gleiten lässt. Ihm geht es darum, Dinge ohne Kraftaufwand zu erreichen, denn, so eines seiner für mich überraschenden, weil so noch nie betrachteten Axiome „Kraft ist Widerstand – und Widerstand führt zu Verlust“. „Kraft“, das war doch eigentlich immer das Erstrebenswerte – und nun plötzlich die Erkenntnis, dass ich sie gar nicht brauche, weil ich viel wirkungsvoller bin, wenn ich ohne Kraftaufwand auskomme. Wie kann man aber etwas ohne Kraftaufwand erreichen? Man kann klein anfangen, das zu üben, indem man beim Gehen die Schwerkraft nutzt, statt gegen sie zu arbeiten. Klingt simpel, ist es auch, hat aber viele Auswirkungen. Eine, die ich bei mir festgestellt habe, ist zum Beispiel die, dass ich in einer Konfliktsituation mit einem Handwerker sehr klar bleiben konnte, ohne mich zu ärgern, aber auch ohne klein beizugeben.

Überhaupt Umgang mit Konflikten – auch da wertvolle Übungen auf der Körperebene, nicht in den „Kampfmodus“ zu gehen, sondern den Konflikt an sich vorbeiziehen zu lassen, ihn wahrzunehmen, ganz aufmerksam zu sein, aber nicht darin einzusteigen. Dann brauche ich auch keine „Härte“ im Konflikt, um mich zu behaupten. Wer entfaltet die größere Wirkung, der „Harte“ oder der „Weiche“? Schon die Taoisten haben es gewusst:

Auf der ganzen Welt gibt es nichts Weicheres und Schwächeres als Wasser.

Und doch in der Art, wie es dem Harten zusetzt, kommt nichts ihm gleich.

Es kann durch nichts verändert werden.

Dass Schwaches das Starke besiegt und Weiches das Harte besiegt, weiß jedermann auf Erden, aber niemand vermag danach zu handeln.

Da war LaoTse vielleicht ein bisschen zu pessimistisch (das Zitat war übrigens Vers 78 aus dem Tao Te King), man kann es immerhin üben. Und Übung macht bekanntlich den Meister. Auf der Suche nach dem obigen Zitat, bin ich über einen weiteren Vers gestolpert, der sehr gut zum Obigen passt und den ich dem geneigten Leser nun auch nicht vorenthalten will:

Der Mensch, wenn er ins Leben tritt, ist weich und schwach, und wenn er stirbt, so ist er hart und stark.

Die Pflanzen, wenn sie ins Leben treten, sind weich und zart, und wenn sie sterben, sind sie dürr und starr.

Darum sind die Harten und Starken Gesellen des Todes, die Weichen und Schwachen Gesellen des Lebens.

Darum: Sind die Waffen stark, so siegen sie nicht. Sind die Bäume stark, so werden sie gefällt. Das Starke und Große ist unten. Das Weiche und Schwache ist oben.

Man könnte sagen, ein Seminar mit Torsten Kanzmeier ist Taoismus pur, auch wenn dieser Begriff niemals fällt und ich keine Ahnung habe, ob er das Tao Te King jemals in der Hand hatte. Wer mit TK übt, der trainiert ganz handfeste, praktische Dinge – Dinge, die in der **Wirklichkeit** eine Rolle spielen, weil sie **wirken**, und das ist ein weiterer Eckpfeiler seines Lehrgebäudes, wenn man diesen hochtrabenden Begriff verwenden will, er will die Menschen mit der Wirklichkeit verbinden, sodass sie wirken – und nicht im puren Wollen stecken bleiben. Das Paradox vom „nicht-wollend Tun“, nicht den Willen entwickeln, sondern das Handeln, das ist das Geheimnis seines im wahrsten Sinn des Wortes „durchschlagenden“ Erfolges. Wer will, vergleiche dazu die beeindruckenden Videos von Torsten Kanzmeier auf Youtube. Und um das noch einmal zu wiederholen: Es geht dabei nicht um das Schlagen und schon gar nicht um das Besiegen. Es geht um innere Freiheit, darum, das tun zu können, was, im Einklang mit anderen Menschen, gerade dran ist, ohne sich durch eigene innere Widerstände zu binden und sich durch die Widerstände der anderen bremsen zu lassen.

Renate Dehner, Autorin

April 2011